

生薬になる草花

葛(クズ)

秋の七草の家の一つとしても有名で、つる性のマメ科の多年草です。

薬用部位は主として根で、その他葉や花も使います。

根をよく水洗いして泥を落とすと同時に外側の皮を取り除き、これを板状かサイコロ状に切って、天日で乾燥させたものが、生薬の葛根(カッコン)です。

風邪のひき始め、乳汁不足、切り傷、ただれ、血便、滋養整腸、酒の悪酔い、肩こり等に使います。

・葛(クズ)には、発汗作用、解熱作用があります。

・風邪の初期症状の頭痛、肩や首筋のコリを和らげたり、痛み止めの働きもあります。

・クズ湯は、滋養があり体を温めるので、風邪のひき始めや回復期に効果があります。

葛粉は、外皮を除いたものをすりおろして粥状にして、綿布でこして繊維質を除き放置して上澄み液を捨て、これを数回繰り返すと、底に白泥が得られます。これを乾燥させたものが葛粉です。

葛根(カッコン)



葛の花



生姜(ショウガ)

11月~12月の霜降り前、葉や茎のしおれる頃に掘り取り、水洗いした根を樽に入れてかきまわして皮を剥きます。10倍の水に溶かした石灰水に浸し、よく洗って石灰を落としてから、日向で十分に乾燥させます。これを生姜(ショウキョウ)といい、漢方処方に使われる生薬となります。

火で炙ったものを?姜(ワイキョウ)、蒸して乾燥したものを乾姜(カンキョウ)と呼びます。

乾姜(カンキョウ)は、体が冷えたときの頭痛や下痢、腰から下半身にかけたの疼痛(神経痛、膝関節痛など)を取り除く力があり、漢方処方によく使われます。蒸して乾かすことで作用が凝縮され、温める力が強くなります。・辛味成分(シンゲロン、ショウガオール)には、殺菌作用があるとともに、吐き気を押さえ食欲を増進させることが知られています。

・生姜には体を温め、胃腸の働きを調整し、水分代謝を活発にする働きがあります。そのため、冷えからくる胃痛、食あたり、下痢、腹痛、吐き気に生姜のしぼり汁を飲むと効果が期待できます。

・発汗、解熱、保温効果のほか、炎症をしずめたり、痰をきる働きがあります。

体が冷えて寒気がしたり、痰が透明なときの咳、痰には、生姜の汁にハチミツを入れて温めた生姜湯を飲みます。



梔子(クチナシ)

飛鳥、天平時代から黄色着色染料として布地の染色に、また無害の黄色着色料として、たくあんづけや正月の栗きんとんなどの食品にも利用されています。

生薬として利用するのは果実です。

果実はダイダイ色に美しく熟し、6つの稜のある長楕円形になります。果実は開裂しないので、クチナシ(口なし、久和奈之)の名がつけられました。

完熟した果実は、11月ごろ霜の降った後に採取し、風通しのよいところで陰干しします。これを山梔子(サンシシ)または梔子(シシ)といい、漢方処方に使われます。

胆汁分泌の促進、鎮静、血圧降下作用などが認められています。消炎、利胆、止血薬として、黄疸、肝炎、血便、血尿、不安、不眠、吐血などに利用されてきました。

- ・梔子には気分を落ち着かせる効果があるので、動機がして胸に不安感があるときは、果実の煎じ汁を毎日飲むと効果があります。特に精神不安に有効です。
- ・梔子には炎症をとる効果があり、腫れて熱をもち赤くなっている、色々な腫れ物に効果があります。
- ・止血作用があるので、鼻血、喀血、痔出血、胃腸からの出血、子宮出血などに煎じて飲みます。

クチナシの花



クチナシの実



大葉子(オオバコ)

多年草で繁殖力が強く、7月頃穂上に開花し、秋になると黒褐色の種子をつけます。葉が広く大きいことから大葉子(オオバコ)の名前がつけられ、道端の雑草の中には常に大葉子を見つけることができます。

花期、葉が十分に成長したところで全草を採取し、水洗いし泥をよく落とし、根元についている枯れた葉を取り除いてから、陰干しで完全に乾燥させます。これを車前草(シャゼンソウ)といいます。また、結実している花穂を切り取り、天日で乾燥させると種子が飛び出していきます。これを車前子(シャゼンシ)といいます。全草を車前草(シャゼンソウ)、種子を車前子(シャゼンシ)といい、漢方では生薬として使われます。咳止め、利尿、下痢止め、むくみ、止血、強壮に用います。

- ・オオバコの茎や葉には胃腸を丈夫にする効果や利尿作用、種子には咳止めの働きがあります。
- ・オオバコの煎じ汁は、毎日の飲み続けることによって、長引く蓄膿症の症状を改善します。
- ・尿量減少、むくみには、陰干したオオバコの葉10gまたは実5gを煎じて飲むと効果があります。



桔梗(キキョウ)

秋の七草のひとつであり、山野の日当たりのよい乾いた草地に自生する多年草で、青紫色や白い花を咲かせます。

薬用部は根で、3~5年目の根を掘り取り、細根を取り除いてから水でよく洗ってから、日干しにしてよく乾燥させます。これを桔梗根(キキョウコン)または桔梗(キキョウ)といい、咳や痰がでるときや咽の痛みの激しいとき、しがわれ声になったときに用います。

・食用の場合は、白く太い桔梗の根を、アクが強いので流水中に数日浸して、外皮を軟化させてから外皮を取り去って、漬物や山菜とします。



芍薬(シャクヤク)

「立てば芍薬(シャクヤク)、座れば牡丹(ポタン)、歩く姿は百合(ユリ)の花」

初夏に咲く花は美しく、美人の形容にたとえられるほどです。芍薬は、古く中国から渡来したものです。植え付けから5年目の秋(10~11月)に、根を掘り取り外皮を除いて、さらに水洗いして日干しにします。これを芍薬(シャウヤク)といい婦人病の漢方に広く用いられています。

さらに水洗いした根を熱湯に浸すか蒸したのち乾燥したものを、真芍(シンシャク)といいます。

薬用には、白花がよいといわれていますが、他の花色のものでも薬効に差はありません。筋肉の痙攣や気分の高ぶりを鎮めるほか、腹痛、疼痛、下痢などに用います。また、婦人病(冷え性、血の道症)に用いられます。

・けいれん性のお腹の痛みや整理痛には、芍薬が処方された漢方薬の芍薬甘草湯を用います。



牡丹(ポタン)

奈良~平安時代のころ、薬用植物として中国から渡来した落葉低木です。

生薬にするのは、牡丹の根皮の部分ですので、花期に開花させずにつぼみを取り除き、根の発育がよくなるように栽培します。

4~5年目の10~11月に、根を掘り取りよく水洗いして、木部を抜き取った根皮を日干しにします。これを牡丹皮(ポタンピ)といい、消炎、解熱、鎮痛、鎮静、浄血、通経の目的で漢方処方に用いられます。

牡丹皮(ポタンピ)を単味で用いることはまれで、瘀血を改善する駆瘀血剤として漢方薬の一成分として使われます。



百合(ユリ)

古い時代に、中国から渡来し各地の山野に自生する多年草で、地下の鱗茎を生薬として用います。オニユリ、ヤマユリ、ササユリ、テッポウユリなどが用いられます。

根ごと掘り取り、水洗いして熱湯をかけて鱗茎をはぎとり、日干しにして乾燥させます。これを百合(ヒヤクゴウ)といい、鎮咳、鎮静、滋養、強壮、解熱、利尿薬として、漢方処方に用います。



- ・食用としては、ユリ根として、煮物や天ぷら、きんとんなどに使われます。
- ・イライラしたり、気分が落ち着かないときに、不眠の時に、ユリ根が効果的です。
- ・ユリ根のつき汁をお湯で割って飲むと、肺を潤し咳を止める働きがあります。

桃(モモ)

中国原産で古く日本に渡来し、弥生式土器時代の遺跡から桃の種子が発見されています。

6~7月頃に熟した果実から核の種子を取り出し、天日によく乾燥させます。これを桃仁(トウニン)といい、駆瘀血剤、緩下剤、消炎や排膿などの目的で漢方処方に用いられます。

また、2~3月頃の開花前の蕾をとり、日陰で乾燥させたものを白桃花(ハクトウカ)といいます。

桃の葉もあせもや湿疹などに用いますが、青酸化合物を成分とするため、十分に換気に注意する必要があります。



- ・モモの果実は食物繊維(ペクチン)が豊富で、便秘の改善に役立ちます。
- ・モモの花の蕾には、ケフェロールという利尿作用のある成分が含まれて、小便減少、むくみなどに効果があります。

杏(アンズ)

中国北部の原産で、古くに日本に渡来しています。

6~7月に種子を集めて、天日に乾燥させます。これを杏仁(キョウニン)といい、喘息や咳に鎮咳薬として漢方処方に用いられます。

杏仁(キョウニン)に含まれるアミグダミンには鎮咳作用がありますが、分解により生じる青酸の中毒症状が起こる場合がありますので、量には注意が必要です。また、含有する脂肪油は腸内で潤滑作用があるため、便通がよくなります。

- ・アンズには、肺を潤す働きがあり、痰を切り、風邪や喘息の咳を鎮めます。さらに、体の水分バランスを整えるので、のどの渇き、便秘、下痢、むくみも解消します。
- ・アンズの種子には、咳止めの効果だけでなく、身体を温める作用があります。



紅花(ベニバナ)

布を染める染料、口紅の原料とされていた多年草です。
6~7月頃、紅くなった花を摘み取り、陰干したものを紅花(コウカ)といい、駆瘀血剤、浄血薬として、婦人の血の道に用いられます。また、血行障害による瘀血、腫瘍、打撲にも効き目があります。
種子を絞ってとる紅花油(サフラワーオイル)は、リノール酸含有量が多いので、高脂血症、高血圧、心臓病の予防となります。



枸杞(クコ)

川原や土手などの湿地に自生する落葉低木で、昔から漢方薬や民間薬に用いられてきました。

秋に熟した果実を採取し、果柄を取り除いて、陰干したものを、枸杞子(クコシ)といい、根を採取してよく水洗いし、根皮をはいで乾燥させたものを地骨皮(ジコ皮皮)といい、盛夏に採取した葉を日干しにしたものを、枸杞葉(クコヨウ)といいます。

枸杞子(クコシ)は、肝腎に効き強壯強精に用います。肝機能の衰え、肝臓や腎臓を丈夫にし、髪の毛や骨を養う漢方薬として広く用いられています。

地骨皮(ジコ皮皮)は、血糖降下、解熱、痰切り、咳止めに効き、強壯強精効果があります。

枸杞葉(クコヨウ)は、胃腸を丈夫にし食をすすめ、便秘にも効果があります。

・枸杞(クコ)は、血圧を下げたり上げたりする効はありませんが、飲んでいるとルチンやビタミンCが血管を強化し、高すぎる血圧は下がり、低すぎる血圧は上げます。



山楂子

中国から江戸時代に薬用として渡来した落葉低木です。
10月頃に、熟す少し前の果実をとり、天日で乾燥させます。これを山楂子(サンザシ)といい、健胃、消化、整腸薬として漢方処方に用います。
山楂子(サンザシ)は、胃液の分泌を促進して消化を助けますので、胃弱の人や慢性の下痢に効果がありますが、胃酸過多や胃潰瘍の人は注意が必要です。



・二日酔い、食中毒には8gを1日量として煎じて服用します。